

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil ulasan 5 artikel yang telah peneliti paparkan dapat disimpulkan bahwa semakin positif body image maka semakin baik pula pola makannya. Begitu juga sebaliknya, jika body image yang dimiliki negatif maka semakin buruk pola makannya. Kesimpulan literatur review sesuai temuan didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Metode yang digunakan dalam 5 artikel baik desain, populasi, instrumen maupun teknik analisa data mendukung rancangan penelitian untuk mengetahui hubungan antara hubungan antara body image dengan pola makan remaja putri.
2. Kelima artikel penelitian didapatkan 4 artikel yaitu artikel 2,3,4 dan 5 menyatakan sebagian besar remaja putri memiliki body image positif sedangkan 1 artikel yaitu artikel 1 menyatakan lebih banyak remaja putri yang memiliki body image yang kurang.
3. Kelima artikel menyatakan sebagian besar remaja putri memiliki pola makan atau pola diet yang kurang baik.
4. Kelima artikel menyatakan ada hubungan antara body image dengan pola makan remaja putri.

B. **Saran**

1. Bagi Remaja

Remaja diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah pengetahuannya dalam memandang body image secara positif sehingga dapat menerapkan pola makan yang baik dan sehat.

2. Bagi Sekolah

Lingkungan sekolah dan guru dapat menjadi role model bagi anak muridnya perihal body image dan pola makan yang baik, dengan meningkatkan konseling mengenai kesehatan remaja yang kompleks, khususnya pola makan.

3. Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan ataupun referensi bagi penelitian lain yang akan meneliti tentang body image dan pola makan.

4. Bagi Peneliti Lain

Peneliti lain dapat melakukan *literature review* dengan artikel yang berbeda dan jumlah yang lebih banyak.

